

Filmfakta

Ämne: Idrott och hälsa

Ålder: Från 14 år (H, Gy)

Speltid: 15 minuter

Svenskt tal med svensk text som tillval

Produktion: Kunskapsmedia AB i samarbete med Happyphant Productions AB och Dopingjouren

Inlärningsmål

- Att ge ökad kunskap om effekter och biverkningar av anabola androgena steroider.
- Att leda till diskussioner och reflektioner kring hur man påverkas av kroppsideal.

Undervisningen ska behandla följande innehåll enligt läroplan

Idrott och hälsa

Högstadiet

- Kroppsideal inom idrotten och i samhället i övrigt. Doping och vilka lagar och regler som reglerar detta.

Studiehandledningens innehåll

- Sid. 2 Bakgrund
- Sid. 2 Allmän visning
- Sid. 2 Visning i skola (ANDT-arbete)
- Sid. 2 1. Visning av filmen i arbetslaget
- Sid. 3 2. Visning av filmen för ungdomarna
- Sid. 3 Diskussionsfrågor för ungdomarna
- Sid. 4 Allmänna diskussionsfrågor
- Sid. 4 Uppgifter/övningar
- Sid. 4 Länktips

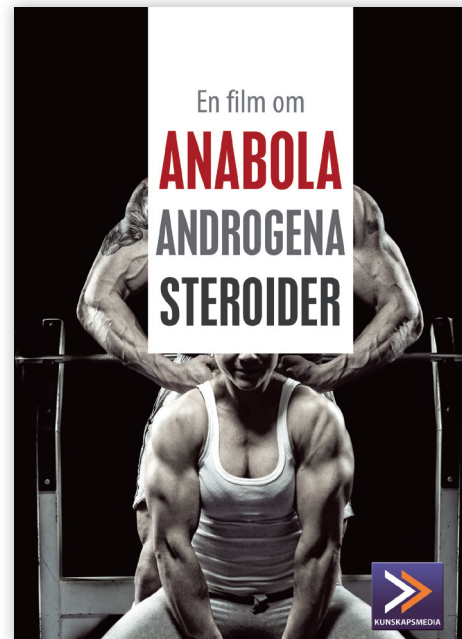
I samarbete med:



© Kunskapsmedia MMXV
Produktion: Kunskapsmedia AB i samarbete med Happyphant Productions AB och Dopingjouren
Filmnr: 1626KM

STUDIEHANDLEDNING

En film om Anabola androgena steroider



Filmens innehåll

Vad är anabola androgena steroider (AAS) egentligen? Varför missbrukar man AAS? Vilka psykiska och fysiska biverkningar kan uppstå vid ett missbruk?

Vi träffar Kimmie, som tidigare missbrukat AAS och som berättar om sina erfarenheter. Vi träffar även en polis som förklarar hur polisen arbetar och vilka konsekvenser det kan innebära att hamna i ett missbruk av AAS. Vi möter också en läkare som berättar om olika medicinska konsekvenser. Gympersonal, Dopingjouren och andra experter svarar på frågor och ger råd.

Filmen är avsedd att visas för till exempel skolor, idrottsföreningar, gym, sjukvård, polis, tull och väktarutbildningar.

Kapitel:

- Inledning
- Vad är anabola androgena steroider?
- Varför börjar man ta anabola androgena steroider?
- Biverkningar
- Vilka tar anabola androgena steroider?
- Vad säger Dopinglagen?
- Hur upptäcker man ett missbruk?
- Vad är sund träning?
- Råd och stöd

En film om Anabola androgena steroider

Bakgrund

Filmen kan visas i olika sammanhang och för olika målgrupper. Förutom skolan kan det t.ex. vara för en föräldragrupp, på en fritidsgård, på gym, i en organisation (drogförebyggande organisation eller inom polis, en körskola, socialförvaltning, ungdomsvård etc.) eller där det på annat sätt kan vara relevant.

Allmän visning

• Innan visning för ungdomarna

1. Titta på filmen i er arbetsgrupp.
2. Diskutera kring filmen och använd er av de frågor i studiehandledningen som känns relevanta just hos er.

• Filmvisning för ungdomarna

3. Visa filmen för ungdomarna och låt ungdomarna diskutera efter filmen och eventuellt göra någon av uppgifterna. Utgå ifrån frågorna i studiehandledningen, men kom gärna på egna. Anpassa frågorna till just er situation.

• Efter filmvisningen

4. Diskutera i arbetsgruppen. Vilka reaktioner fick ni från ungdomarna? Vad tycker dem, vilka åsikter har ungdomarna angående anabola androgena steroider? Vad kan ni ta med er till ert arbete/era rutiner kring droger? Ta lärdom av visningen och den efterföljande diskussionen och applicera på ert arbete.

Hämta mer information

www.dopingjouren.se

- Dopingjouren arbetar för att öka kunskaperna och medvetandegöra konsekvenserna av dopningsmissbruk genom information, utbildning och forskning. Dopingjouren håller föreläsningar och utbildningar samt medverkar på mässor och i nätverk.

www.skolverket.se

- Skolverket har information om hur man kan gå tillväga för att arbeta förebyggande med ANDT-frågor i skolan.

www.folkhalsomyndigheten.se

- Statens folkhälsoinstitut har information kring ANDT riktad mot skola, föräldrar samt unga.

Visning i skola (ANDT-arbete)

ANDT är en förkortning för Alkohol, Narkotika, Dopning och Tobak. Denna film är tänkt som ett hjälpmedel för ett förebyggande ANDT-arbete.

I samband med filmen kan det vara dags att se över skolans rutiner, hur agerar man på er skola som lärare om man misstänker att en elev missbrukar en drog?

Man kan även bjuda in representant från t.ex. närpolisen, som besöker skolan i samband med visningen av filmen.

1. Visning av filmen i arbetslaget

Innan ni visar filmen för eleverna är det bra att titta på filmen i arbetslaget, gärna tillsammans och diskutera kring filmen.

Diskussionsfrågor:

- Hur ser situationen ut på er skola? Vad har ni haft för upplevelser bland era ungdomar när det gäller droger, kosttillskott och dopning?
- Hur ser ert ANDT-förebyggande arbete ut idag? Vad kan ni förbättra och hur?
- Hur ser den sociala situationen ut på skolan? Var och hur kan man få stöd när man behöver det?
- Vilka varningstecken kan avslöja att en ungdom har ett beroende?
- Hur ska personalen på er skola agera när ni ser varningstecken i en eller flera elevers beteende?
- Hur kan ni involvera eleverna i ert ANDT-förebyggande arbete?

Arbeta fram en plan för ett långsiktigt och strukturerat ANDT-arbete på er skola.

Involvera gärna er socialförvaltning, närpolis och inte minst eleverna.

En film om Anabola androgena steroider

2. Visning av filmen för ungdomarna

I samband med filmvisningen kan du till exempel bjuda in en polis till visningen.

Ungdomarna och ledarna kan då diskutera det förebyggande arbetet mot droger.

Diskussionsfrågor för ungdomarna

Innan ni startar en diskussion kring filmen i gruppen är det viktigt att läraren/ledaren funderar igenom hur man ska hantera diskussionen och svaren. Dela gärna upp gruppen i mindre grupper och låt deltagarna först skriva ned sina svar.

Frågorna nedan är uppdelade efter filmens kapitel.

Nedan förkortas *anabola androgena steroider till AAS.*

Innan filmen

- Vad vet du om AAS?
- Hur farligt tror du att AAS är?
- Hur vanligt tror du att det är att använda AAS?
- Är det lätt eller svårt att få tag på AAS?
- Vad eller vilka är det som påverkar vår kroppsbild och våra kroppsideal?
- Vad är kroppsideal idag? Hur var det för hundra år sedan?
- Vad är skönhetsideal för en kvinna? För en man?
- Hur ser kroppsidealet ut i andra kulturer?
- Vad är du nöjd med hos dig själv och din kropp?
- Påverkar ditt utseende ditt självförtroende?
- Skulle du själv kunna tänka dig att förändra någon kroppsdel genom operation, mediciner eller droger? Varför/varför inte?
- Måste man vara vacker för att andra skall tycka om en själv – eller du tycka om dem?
- Hur tror du att media – TV, tidningar m.m. – påverkar våra kroppsideal?

Vad är anabola androgena steroider?

- Vad är anabola androgena steroider egentligen?
- Vad innebär anabola?
- Vad innebär androgena?

Varför börjar man ta anabola androgena steroider?

- Varför började Kimmie missbruka anabola androgena steroider?
- Varför tror du att många börjar använda AAS?

Vilka tar anabola androgena steroider?

- Vilka är det som missbrukar AAS?
- Det nya fenomenen är att fler tjejer tar AAS än tidigare, varför har det blivit så?

Vad säger dopningslagen?

- Vad får polisen göra om de misstänker att någon missbrukar AAS?
- Vad säger dopningslagen?
- Att köpa AAS på nätet likställs med att köpa narkotika på nätet. Vad innebär det?
- Ge exempel på vad preparaten kan innehålla.

Hur upptäcker man ett missbruk?

- Vad är Dopingjouren för något?
- Vilka tecken finns som gör att man kan upptäcka om en person missbrukar AAS?

Vad är sund träning?

- Hur ser du på sund träning?
- Varför tror du att folk tar kosttillskott?
- "De flesta behöver inte kosttillskott" säger man i filmen. Vad menar man med det?
- Hur kan vi förebygga användandet av AAS?

Råd och stöd

- Skolsköterskan i filmen menar att vi måste kunna känna oss nöjda med oss själva och acceptera andra oavsett skönhetsideal. Varför är det viktigt?
- Vad bör man göra om man upptäcker ett AAS-missbruk?
- Varför behövs mer information om AAS?
- Varför tror du att missbruk av AAS kan vara en inkörsport till annan kriminalitet?
- Varför slutade Kimmie att missbruka AAS? Vilka biverkningar kände han av?

En film om Anabola androgena steroider

Allmänna diskussionsfrågor

- Varför tror du att många ungdomar använder AAS?
- När anser du att man kan sägas vara beroende av en preparat, t.ex. AAS?
- Ser killar och tjejer likadant på vad som är skönhet? Diskutera först killar för sig och tjejer för sig, sedan i blandade grupper.
- Känner du någon som tagit AAS? Vad kan man göra åt det? Diskutera i grupp.
- Vad innebär det att träna rätt? Tror ni att den ökande användningen av kosttillskott har gjort det enklare för vissa att börja med dopningsmissbruk? I så fall varför?
- Diskutera i gruppen hur man kan hitta orsaker till att någon får/har dåligt självförtroende och kanske tar AAS. Vad har samhället för ansvar? Diskutera förslag på lösningar. Skriv ned svaren och presentera dem.
- Finns det någon drogsamordnare i kommunen? Hur arbetar polisen och gymmen? Finns det någon vård och behandling? Fungerar det i praktiken? Vad kan man förbättra? Hur kan ni som elever påverka?



Dopingjouren

Dopingjouren är en rikstäckande, statligt finansierad telefonrådgivning. De arbetar för att beskriva, förebygga och motverka dopning och dess följder i Sverige.

www.dopingjouren.se

Länktips

www.1177.se

– Landstingens och regionernas webbplats för råd om vård

www.polisen.se

– Polisens hemsida med information om t.ex. ungdomsbrott

www.folkhalsomyndigheten.se

– Statens folkhälsoinstitut med information kring droger



© Rättigheterna till studiematerialet ägs av Kunskapsmedia AB om inget annat anges. Du har rätt att använda dig av studiematerialet i samband med visning av programmet.

Uppgifter/övningar

• Hälsovådliga effekter

Gör ett grupparbete om AAS hälsovådliga konsekvenser.

Sök på nätet bland rapporter, läkarskrifter och faktablad eller leta på bibliotek och ta fram information om hur ett AAS-beroende påverkar din kropp. Välj en frågeställning som just din grupp ska svara på. Hur påverkas hjärnan av ett AAS-missbruk? Kan man märka på en persons beteende om denne är påverkad av AAS, eller har använt AAS under en längre tid? Redovisa för gruppen på stora ritblock, som webbsida, artikel eller serietidning.

• AAS-beroendets lagliga konsekvenser

Gör ett grupparbete om vilka konsekvenser ett AAS-missbruk enligt svensk lag kan ge. Välj en frågeställning som just din grupp ska svara på. Vilka straff kan man få, vad står det i Sveriges dopningslag? Hur påverkas ditt liv om du blivit dömd för narkotikabrott? Redovisa för gruppen på stora ritblock, som webbsida, artikel eller serietidning.

• Skolans arbete

Diskutera dessa frågor i mindre grupper om 3-4 personer. Skriv ned det ni kommer fram till.

- Hur viktig är skolans roll i ungas liv?
- Hur kan skolan påverka ungas förhållande till dopningspreparat som AAS?
- Vad ska skolan göra om man märker att en elev missbrukar droger eller dopningspreparat?
- Om man som elev vill prata med en vuxen, vem vänder man sig till på skolan?
- Hur skulle ni elever vilja att skolan arbetar kring dopning?

Presentera era tankar och förslag. Lämna sedan det alla grupper skrivit till rektor eller ansvarig lärare samt elevrådet, som förslag på åtgärder.